

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat di ambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada perbedaan tingkat kecemasan antara lansia yang mempunyai pasangan hidup dan yang tidak mempunyai pasangan hidup di Dusun Dirokulon Pendowoharjo Sewon Bantul Yogyakarta.
2. Tingkat kecemasan yang dialami lansia yang mempunyai pasangan hidup cenderung mengalami tingkat kecemasan ringan jika dibandingkan lansia yang tidak mempunyai pasangan hidup.

B. Saran

1. Bagi lansia

Lansia yang tidak mempunyai pasangan hidup hendaknya lebih banyak mengikuti kegiatan sosial seperti posyandu lansia, kegiatan keagamaan, dengan mengikuti kegiatan sosial tersebut diharapkan lansia terutama lansia yang tidak mempunyai pasangan hidup dapat berinteraksi dengan lingkungan. Interaksi yang baik dengan lingkungan akan mengurangi stres pada lansia, sehingga lansia dapat terhindar dari kecemasan.

2. Bagi keperawatan

Perawat agar lebih aktif dalam memberikan penyuluhan dan asuhan keperawatan, terutama bagi lansia yang tidak mempunyai pasangan hidup.

3. Bagi peneliti

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang faktor-faktor yang dapat menyebabkan kecemasan pada lansia antara lain faktor biologis, faktor psikologi dan faktor sosial.